

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА
ІНСТИТУТ ГІДРОБІОЛОГІЇ НАН УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ ЗООЛОГІЇ НАН УКРАЇНИ
ГІДРОЕКОЛОГІЧНЕ ТОВАРИСТВО УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКЕ НАУКОВЕ ТОВАРИСТВО ПАРАЗИТОЛОГІВ
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ
ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА
ЖИТОМИРСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АГРОЕКОЛОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

БІОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ – 2017

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ
VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю
«Біологічні дослідження – 2017»**

14–16 березня 2017 року

Житомир – 2017
ПП «Рута»

*Рекомендовано до друку вченою радою
Житомирського державного університету імені Івана Франка
(протокол №11 від 31 березня 2017 року)*

Рецензенти Світлана Вікторівна Гордійчук – кандидат

біологічних наук, доцент кафедри природничих та

соціально-гуманітарних дисциплін, проректор з навчальної роботи Житомирського інституту медсестринства **Ірина Дмитрівна Бойчук** – кандидат педагогічних наук, заступник директора з навчальної роботи

Житомирського базового фармацевтичного коледжу ім. Г.С. Протасевича **Микола Михайлович Свительський** – кандидат сільськогосподарських наук, доцент кафедри загальної екології Житомирського національного агроекологічного університету

Біологічні дослідження – 2017: Збірник наукових праць. – Житомир: ПП «Рута», 2017. – 440 с.

У збірнику подаються нові результати теоретичних, прикладних та науково-методичних досліджень провідних учених із широкого спектру біологічних проблем. Видання розраховане на студентів, аспірантів, вчителів, викладачів та науковців.

Редакційна колегія:

Саух Петро Юрійович – ректор ЖДУ імені Івана Франка, д.ф.н., проф. (голова); **Романенко Віктор Дмитрович** – директор Інституту гідробіології НАН України, академік НАНУ, д.б.н. (співголова);

Акімов Ігор Андрійович – директор Інституту зоології імені І.І.Шмальгаузена НАНУ; чл.-кор. НАНУ, д.б.н. (співголова); **Сейко Наталія Андріївна** – проректор з наукової роботи ЖДУ імені Івана Франка, д.п.н., проф.;

Янович Лариса Миколаївна – проректор з навчальної роботи ЖДУ імені Івана Франка, д.б.н., доц.; **Романенко Олександр Вікторович** – зав. кафедри біології Національного медичного університету імені О. О. Богомольця, чл.-кор. НАНУ, д.б.н., проф.; **Афанасьєв Сергій Олександрович** – заступник директора Інституту гідробіології НАНУ з наукової роботи, д.б.н., проф.;

Юришинець Володимир Іванович – заступник директора Інституту гідробіології НАНУ з наукової роботи, д.б.н.; **Романчук Людмила Донатівна** – проректор з наукової роботи та інноваційного розвитку ЖНАЕУ, д. с.-г. н., проф.; **Корнюшин Вадим Васильович** – гол.н.с. відділу паразитології Інституту зоології імені І.І. Шмальгаузена НАНУ, д.б.н., проф.; **Межжерін Сергій Віталійович** – зав. відділом еволюційно-генетичних основ систематики Інституту зоології імені І.І. Шмальгаузена НАНУ, д.б.н., проф.; **Грубінко Василь Васильович** – зав. кафедри загальної біології та методики навчання природничих дисциплін Тернопільського національного університету імені Володимира Гнатюка, д.б.н., проф.; **Крот Юрій Григорович** – пр.н.с. відділу екологічної фізіології водних тварин Інституту гідробіології НАН України, к.б.н.;

Кутек Тамара Борисівна – декан факультету фізичного виховання і спорту ЖДУ імені Івана Франка, доктор наук з фізичного виховання та спорту, проф.; **Вискушенко Дмитро Андрійович** – декан природничого факультету ЖДУ імені Івана Франка, к.б.н., доц.;

Стадниченко Агнеса Полікарпівна – зав. кафедри зоології ЖДУ імені Івана Франка, д.б.н., проф.; **Житова Олена Петрівна** – зав. кафедри екології лісу та безпеки життєдіяльності ЖНАЕУ, д.б.н., доц.; **Киричук Галина Євгенівна** – зав. кафедри ботаніки, біоресурсів та збереження біорізноманіття ЖДУ імені Івана Франка, д.б.н., проф.; **Гарбар Олександр Васильович** – зав. кафедри екології та природокористування ЖДУ імені Івана Франка, д.б.н.;

Корнійчук Наталія Миколаївна – зав. кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту ЖДУ імені Івана Франка, к.б.н., доц.; **Огороднійчук Марія Володимирівна** – ст. викладач кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання та спорту ЖДУ імені Івана Франка, к.ф.н.;

Гирина Альона Асанівна – старший лаборант кафедри медико-біологічних основ фізичного виховання і спорту.

Матеріали друкуються в авторській редакції. За достовірність фактів, власних імен та інші відомості відповідають автори публікацій. Думка редакції може не збігатися із думкою авторів.

КОМПЛЕКСНА ОЦІНКА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ

М.П. Саранча¹, В.М. Гаврилюк²

^{1,2} Житомирський державний університет імені Івана Франка, вул. В. Бердичівська, 40, Житомир, 10008, Україна ² Житомирський агротехнічний коледж, вул. Щорса, 96, Житомир, 10008, Україна

теорії та практиці спортивного тренування обґрунтовано використання всіх видів контролю. В своїй практичній діяльності тренери найчастіше застосовують педагогічний контроль за допомогою методів контрольних випробувань (педагогічного тестування) і методу хронометрування різних параметрів тренувальної діяльності. Для ефективного управління підготовкою здійснюється оперативний, поточний та етапний контроль [1-3].

залежності від віку та сенситивного періоду розвитку фізичних якостей будується процес навчання. Використовуються доступні засоби з програмного матеріалу переважною спрямованістю на розвиток швидкості, спритності, гнучкості, швидкісно-силових якостей. Необхідно так само враховувати психофізичні особливості дітей. Слід зазначити, що тільки при достатньому розвитку фізичних якостей, із початківця волейболіста може вийти висококласний технічний гравець. Досліджуючи матеріали наукових праць [1-4] вдалося встановити, що підготовка висококласних спортсменів – процес багаторічний і клопіткий, вимагає поєднання розвитку особистості і функціональних можливостей протягом всього періоду занять обраним видом спорту.

Мета роботи – впровадити в навчально-тренувальний процес волейболістів комплексну оцінку фізичної підготовленості.

Результати дослідження. За звичайними показниками випробувань важко більш детально порівняти рівень підготовленості досліджуваного контингенту. З цією метою у практиці фізичного виховання та спорту використовуються шкали оцінок, що дає можливість порівнювати результати людей, які належать до однієї і тієї ж сукупності.

Обробка результатів тестів із загальної і спеціальної фізичної підготовки юних волейболістів груп початкової підготовки ДЮСШ за допомогою методів варіаційної статистики дозволила розробити шкали оцінок, виражені в балах за кожним

досліджуваним показником (тестом). Граничні значення варіювання результатів вимірів визначені на основі сігмальних відхилень. Ми використовували 5-рівневу шкалу оцінок. (табл. 1, 2).

Таблиця 1

Оцінка показників загальної фізичної підготовленості юних волейболістів групи початкової підготовки (10-11 років)

Фізична якість	Тест	Бали				
		5	4	3	2	1
Швидкісна витривалість	Човниковий біг 3x10 м, с	<8,67	8,67-8,71	8,72-8,80	8,81-8,85	>8,85
Швидкісно-силові	Стрибок у довжину, см	>180	180-178	177-176	175-173	<173
Швидкість	Біг на 15 м з місця, с	<2,88	2,88-2,97	2,98-3,13	3,14-3,22	>3,22

Таблиця 2

Оцінка показників спеціальної фізичної підготовленості юних волейболістів групи початкової підготовки (10-11 років)

Фізична якість	Показники	Бали				
		5	4	3	2	1
Спеціальна спритність	Оббігання стійок на час, с	<19,33	19,33-19,81	19,82-20,76	20,77-21,24	>21,24
Спеціальні швидкісно-силові	Комплексна вправа, с	<7,55	7,55-7,73	7,74-8,07	8,08-8,26	>8,26
Спеціальна спритність	Передача над собою, кількість разів	>22	22-20	19-16	15-13	<13
Спеціальна швидкість	Біг на 30 м, с	<6,19	6,20	6,21	6,22	>6,23

Відповідно до розроблених шкал ми визначили комплексну оцінку рівня загальної і спеціальної підготовленості, а також загалом рівня фізичної підготовленості юних волейболістів на початку навчально-тренувального року.

За отриманими показниками можна наочно побачити відсутність великої різниці між контрольною та експериментальною групою (рис. 1).

Комплексна оцінка загальної фізичної підготовки, яка оцінювалася за результатами 3-х тестів, в контрольній групі в середньому складала 9,3 бали, а в експериментальній 9,7 бали з максимальних 15-ти балів.

Спеціальна фізична підготовленість визначалася за 4-ма тестами, таким чином максимально можна було отримати 20 балів. Вихідні результати тестування СФП юних волейболістів контрольної групи становили 12,4 бали, а експериментальної – 12,3 бали.

Якщо розглядати загалом рівень фізичної підготовленості юних волейболістів необхідно порівняти сумарну комплексну оцінку загальної та спеціальної підготовленості. Таким чином фізична підготовленість спортсменів контрольної групи складала 21,7 бали, експериментальної групи – 22 бали.

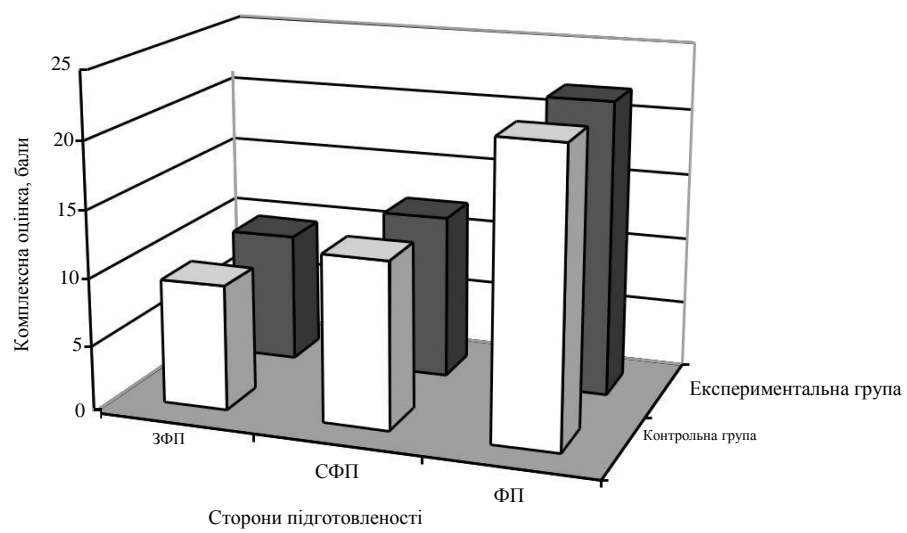


Рис. 1 Комплексна оцінка загальної фізичної підготовленості (ЗФП), спеціальної фізичної підготовленості (СФП) та всієї фізичної підготовленості (ФП) юних волейболістів

Результати комплексної оцінки рівня фізичної підготовленості свідчать про необхідність підвищення педагогічних впливів на розвиток фізичних якостей юних волейболістів.

Висновки: комплексну оцінку підготовленості можна використовувати і безпосередньо в одній групі спортсменів для визначення рейтингу підготовленості. Такий метод є добрим стимулом для підвищення мотивації юних спортсменів щодо фізичної підготовки. Отже, отримані шкали оцінок можуть бути рекомендовані в практику педагогічного контролю у волейболі.

Література

Голуб В.П. Контроль і нормування тренувальних навантажень на передзмагальному етапі підготовки кваліфікованих волейболістів / В.П. Голуб: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – К., 1993. – 19 с.

Матвеев Л. П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты [Текст]: учебник для вузов физической культуры / Л. П. Матвеев. 5-е изд., испр. и доп.]. — М. : Советский спорт, 2010. — 310 с.

Рыцарев В.В. Волейбол: попытка причинного исследования приемов игры и процесса подготовки волейболистов. / В.В. Рыцарев – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 384 с.

Фурманов А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск: МЕТ, 2007. – 329 с.